TOUS DROITS RESERVES - LA REVUE DU PRATICIEN

Une contraception adaptée à chaque femme

Marie-Antoinette de Crécy *

Cela fait déjà 40 ans que Pincus a découvert l'effet antigonadotrope des estroprogestatifs, c'est-à-dire la pilule… déjà deux générations de femmes qui peuvent bénéficier d'une contraception efficace !

La contraception fait maintenant partie de la vie, et d'énormes progrès ont été faits pour diminuer les effets secondaires et améliorer la tolérance et l'efficacité.

Du côté des contraceptions mécaniques, les dispositifs intra-utérins sont passés du dispositif « inerte » au dispositif au cuivre puis au dispositif « hormonal ». De nombreuses formes ont été essayées. Leur efficacité est devenue presque identique à celle de la contraception hormonale. Les autres contraceptions mécaniques ou « naturelles » ont, elles aussi, bénéficié des progrès de la technologie et du marketing.

Pourtant, il y a toujours 220 000 interruptions volontaires de grossesse (IVG) par an en France, taux désespérément stable depuis la loi Veil. Pour quelles raisons ? La contraception est-elle mal présentée, insuffisamment accessible aux femmes ? Mal comprise ?

Il faut reconnaître que régulièrement des études épidémiologiques, certes bien conduites, sèment le doute. En 1996, les études anglaises de Spitzer et Jack montraient une augmentation du risque thromboembolique avec les pilules de nouvelle génération (risque relatif : 1,5 à 2 pour les pilules de 3e génération/2e génération). Dans les années 1980, une méta-analyse de l'Inserm incriminait les anti-inflammatoires dans les grossesses sur dispositif intra-utérin, et régulièrement des études soulevaient le spectre du cancer du sein chez les femmes ayant pris la pilule. Sans oublier le mythe de la stérilité après usage des contraceptifs, les médias s'empressant de diffuser largement ces « informations ».

DIMINUER LE NOMBRE D'IVG ET DE GROSSESSES NON DÉSIRÉES

Afin de faire le point, il nous a donc paru important de consacrer une monographie de *La Revue du Praticien* à la

* *Service de gynécologie-obstétrique, groupe hospitalier La Pitié-Salpêtrière, 75651 Paris Cedex 13 ; Centre médical du Bois-Joli, 120, avenue Gabriel-Péri, 91700 Sainte-Geneviève-des-Bois. Courriel : mdecrecy@club-internet.fr*

contraception. Un rappel de la physiologie de l'ovulation pour bien comprendre les mécanismes nous a semblé indispensable. Les différentes méthodes de contraception existant actuellement sous toutes les formes galéniques sont ensuite exposées. La prescription de la contraception dans les cas particuliers qui posent problème est particulièrement développée (adolescentes, femmes de 40 ans, diabétiques…) ainsi qu'un état des lieux des risques liés à la contraception hormonale.

Enfin, la stérilisation tubaire ou masculine, bien qu'elle ne soit pas à proprement parler une méthode de contraception (puisqu'elle n'est pas réversible), est abordée, car, là aussi, la loi et les techniques ont changé.

Il est important de comprendre que pour chaque femme il y a une contraception possible, et que cette contraception est modulable au cours de sa vie. Le choix de cette contraception doit se faire avec la femme (ou le couple), qui doit être bien informée des avantages et des inconvénients de chaque méthode. Si la prescription reste médicale, elle ne doit pas être imposée. Le dialogue médecin-patient est fondamental pour une bonne tolérance et une bonne efficacité de la contraception adoptée, l'enjeu étant de voir diminuer le taux d'IVG et le nombre de grossesses non désirées, en particulier chez les adolescentes (en 1997, il y a eu 13 192 grossesses chez les mineures). ■

Contraception : le répertoire

RECOMMANDATIONS, SOCIÉTÉS, ORGANISMES…

www.has-sante.fr

- Évaluation des techniques de stérilisation chez la femme et chez l'homme (document de synthèse des travaux de l'Anaes, mai 2005).
- Stratégies de choix des méthodes contraceptives chez la femme (Anaes-HAS, décembre 2004).
- Prise en charge de l'interruption volontaire de grossesse jusqu'à 14 semaines (Recommandation pour la pratique clinique [Anaes, mars 2001]).

www.inpes.sante.fr

Une grande campagne sur la contraception a été lancée par l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé en octobre 2007. Pour en savoir plus, consultez le site qui lui est dédié : www.choisirsacontraception.fr

www.cngof.asso.fr

Le Collège national des gynécologues et obstétriciens français met en ligne, sous forme de diaporamas audiovisuels, les interventions faites lors de ses Journées nationales (2006, 2005, etc.). Au programme du 30 novembre 2006, contraception et orthogénie (contraception de l'adolescente ; contraceptions difficiles ; contraception d'urgence, etc. ; stérilisation tubaire, stérilisation masculine).

ASSOCIATIONS, SITES…

www.contraceptions.org

L'Association française pour la contraception propose aux internautes un puzzle dont chaque pièce correspond à une méthode contraceptive… Ce site est très bien fait ; les messages sont clairs, nets et précis. Pour chaque contraception, les mêmes onglets (avantages, inconvénients, guide pratique, etc. C'est très complet). À conseiller à vos patientes… et même à vos patients (*v.* les 10 règles d'or du guide pratique du préservatif masculin).

www.planning-familial.org

Le Mouvement français pour le planning familial donne sur son site de nombreuses informations pratiques sur la sexualité et la contraception. La rubrique « Ça m'arrive » répond aux questions les plus fréquentes (oubli de pilule, contraception d'urgence…). Pour trouver les coordonnées du centre le plus proche de votre lieu d'exercice, indiquez le numéro de votre département dans la case « contacts départementaux » ou cliquez sur « en direct des associations départementales » ou consultez l' « annuaire ».
Un numéro d'appel est ouvert de 9 h 30 à 17 h 30 : 01 48 07 29 10. L'appel est anonyme.

TOUS DROITS RESERVES - LA REVUE DU PRATICIEN